

## Кишечные инфекции.

Острые кишечные инфекции - это большая группа заболеваний, которые протекают с более или менее похожими симптомами, но вызываться могут огромным количеством возбудителей: бактериями, вирусами, простейшими микроорганизмами. Летом количество кишечных инфекций у детей неминуемо растет. Причин этому несколько. Во-первых, летом в пищу употребляется большое количество сырых овощей, фруктов и ягод, на невымытой поверхности которых обитает огромное количество микробов, в т. ч. потенциально опасных. Во-вторых, летом дети много времени проводят на улице, и не всегда даже их родители вспоминают, что еда чистыми руками - обязательное правило. Третья причина: летом, попадая в продукты питания (молочные продукты, мясо, рыбу, бульоны), некоторые болезнетворные микроорганизмы размножаются с огромной скоростью и быстро достигают того количества, которое с успехом прорывает защитные барьеры желудочно-кишечного тракта. От момента внедрения возбудителя в желудочно - кишечный тракт до начала заболевания может пройти от нескольких часов до 7 дней. Заболевание начинается с повышения температуры тела, недомогания, слабости, вялости. Аппетит резко снижен, быстро присоединяется тошнота, рвота. Стул жидкий, частый с примесями. Следствием потери жидкости является сухость слизистых оболочек и кожи, черты лица заостряются, ребенок теряет в массе, мало мочится. Выражение лица страдальческое. Если у вашего ребенка появились вышеперечисленные признаки болезни - немедленно вызывайте врача. Самолечение недопустимо. Профилактика кишечных инфекций требует неукоснительного соблюдения общегигиенических мер в быту, при приготовлении пищи и во время еды. В летнее время все пищевые продукты следует закрывать от мух. Готовая пища должна храниться в холодильнике: при низкой температуре, даже в случае попадания в пищу микробов, они не смогут размножиться. К заболеванию может привести и неразборчивость при покупке продуктов, употребляемых в пищу без термической обработки - с рук, вне рынков, где они не проходят санитарный контроль. При купании в открытых водоемах ни в коем случае нельзя допускать заглатывания воды. Если едите на пляже, протрите руки хотя бы специальными влажными салфетками. И помните, что личный пример родителей - лучший способ обучения ребенка.

## **ПРОФИЛАКТИКА ОСТРЫХ КИШЕЧНЫХ ИНФЕКЦИЙ У ДЕТЕЙ**

*Памятка для родителей.*

Причиной острых кишечных инфекций являются несколько групп микроорганизмов - бактерии, вирусы и простейшие.

Источником инфекции является человек или животное.

### **Ведущие пути передачи:**

контактно-бытовой (через загрязненные предметы обихода, игрушки, соску, грязные руки)

пищевой (при употреблении в пищу недостаточно обработанные, недоброкачественные продукты питания)

водный (при питье некипяченой воды, купании в открытых водоемах)

### **Предрасполагающими факторами для возникновения кишечных инфекций являются:**

искусственное вскармливание;

введение прикорма, не подвергающегося термической обработке — существует возможность попадания возбудителей с продуктами прикорма;

летнее время года — повышенная температура воздуха способствует размножению возбудителей в воде, почве, продуктах;

недоношенность;

иммунодефицитные состояния у детей;

перинатальная патология центральной нервной системы.

### **Входными воротами и органом-«мишенью» является желудочно-кишечный тракт.**

Основные группы симптомов заболевания следующие:

лихорадка, слабость, снижение аппетита

диарея, рвота, вздутие живота

боли в животе

О тяжести заболевания говорят западение глаз, заострение черт лица, западение большого родничка, сухие губы, судороги.

Грозным симптомом, говорящим о крайней тяжести заболевания, является отсутствие мочи у ребенка более 6 часов.

### **Обратите внимание!**

**При диарее, сопровождающейся болями в животе, признаками интоксикации:**

Не применяйте болеутоляющие препараты — это может сильно затруднить диагностику. Болеутоляющие лекарства могут скрыть проявления хирургических болезней (аппендицита, острого холецистита и других);

Нельзя применять грелку, т.к. это может усилить воспаление и спровоцировать резкое ухудшение состояния ребёнка;

Не делайте клизму с горячей водой, особенно при повышении температуры.

Не давайте ребенку при поносе вяжущих (закрепляющих) средств — имодиум, лопедиум и т.д. В этом случае течение болезни может осложниться, т.к. вместо ускоренного выведения токсинов из организма, вы спровоцируете их накопление.

При инфекционных заболеваниях, протекающих с повышением температуры, поносом, рвотой; подозрении на хирургическое заболевание ни в коем случае нельзя применять гомеопатические средства. Такие состояния требуют консультации врача и общепринятой терапии; промедление в назначении традиционных лекарств может привести к печальным последствиям.

### **Итак, чтобы избежать острых кишечных инфекций у детей следует:**

строго соблюдать правила личной гигиены, чаще и тщательно мыть руки с мылом, особенно - перед едой и после посещения туалета;

использовать кипяченую, бутилированную или воду гарантированного качества;

овощи, фрукты, ягоды тщательно мыть перед употреблением под проточной водопроводной водой, а для маленьких детей – кипяченой;

использовать только чистую упаковку (полиэтилен, контейнеры для пищевых продуктов и т.п.);

не приобретать продукты питания у случайных лиц или в местах несанкционированной торговли;

соблюдать правила гигиены при приготовлении горячих и холодных блюд, сроки годности и условия хранения пищевых продуктов, особенно скоропортящихся, сырые продукты и готовую пищу следует хранить отдельно;

тщательно прожаривать или проваривать продукты, особенно мясо, птицу, яйца и морские продукты;

скоропортящиеся продукты и готовую пищу следует хранить только в холодильнике при температуре 2-6°C;

не смешивать свежеприготовленную пищу с остатками от предыдущего дня, но если готовая пища остается на другой день, то перед употреблением ее необходимо подвергнуть термической обработке (прокипятить или прожарить).

не скапливать мусор и пищевые отходы, не допускайте появления мух и тараканов;

постоянно поддерживать чистоту в жилище и соблюдать правила личной гигиены, не давать маленьким детям некипяченое разливное молоко, сырые яйца, использовать для приготовления пищи только свежие продукты.

**Желаем здоровья Вам и Вашим детям!!!**